

Администрация Шатровского муниципального округа Курганской области
МКОУ «Шатровская средняя общеобразовательная школа»

«РАССМОТРЕНО»

на заседании
педагогического совета

Протокол № 1

от «30» августа 2022года

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по

ВР  Н.А.Горланова

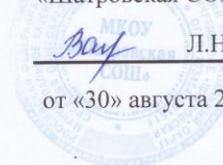
от «30» августа 2022года

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКОУ
«Шатровская СОШ»

 Л.Н.Ваганова

от «30» августа 2022года



ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

«Подвижные игры»

возраст обучающихся 7-9 лет

срок реализации 1 год

Автор составитель:

Ядрышников Валентина Михайловна

педагог дополнительного
образования

2022 г

Пояснительная записка

Малоподвижный образ жизни школьников отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени восполняют недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры вырабатывают у детей характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Игровой процесс включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Подвижные игры очень увлекательны и разнообразны по содержанию. Если надоедает одна игра, всегда на выбор есть еще множество других. По содержанию все народные игры доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка-дошкольника. Все свои жизненные впечатления и переживания малыши отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ («Гуси-лебеди», «Коршун и наседка», «У медведя во бору», и т. д.). Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, т. е. мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату («Палочка-выручалочка», «Пятнашки» и др.). Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли, т. е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребенок не может не проявить воспитываемые у него качества. Например, в игре «Коршун и наседка» коршун должен ловить лишь одного цыпленка, стоящего в

конце всей вереницы цыплят, и только после слов наседки: «Не дам тебе своих детей ловить». Игра требует внимания, выдержки, сообразительности и ловкости, умения ориентироваться в пространстве, проявления чувства коллективизма, слаженности действий, взаимопомощи («один — за всех и все — за одного» — цыплята), ответственности, смелости, находчивости (наседка).

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», а также различные их варианты.

С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», и др. Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр, которые отражают стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. Здесь применяются игры: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг». «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на бревне» и их различные варианты. Эти игры подразумевают знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.

Цель: формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Задачи:

1. научить детей играть активно и самостоятельно;
2. вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
3. способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Формируемые УУД: *предметные:* иметь представление о разнообразии упражнений с различным инвентарём, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность; *метапредметные:* принимать и сохранять цели и задачи предметной деятельности, находить средства её осуществления, планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; *личностные:* развитие адекватной мотивации учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умение не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.

Программа рассчитана на учащихся 1-4 классов. 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Прогнозируемые результаты применения программы направлены:

- на формирование первичных общеучебных умений и навыков у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны.
- введение детей в предметную область физической культуры. Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств.

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание	Общее количество часов
	Общие подвижные символические игры.	
1.	«Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок». Игры для формирования правильной осанки.	5
2.	«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки». Игры со скакалками. Снайпер.	1
3.	«Найди жгут», «Скакалочка», «Лягушка», «Удочка». Снайпер. Игры с бегом	3
4.	«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок». Снайпер. Игры с прыжками	3
5.	«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото». Снайпер. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	3
6.	«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака». Снайпер. Игры лазанием и перелезанием	5
7.	«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы». Снайпер. Игры для развития внимания	3
8.	«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки». Общеразвивающие игры. Снайпер	3
9.	«Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек». Игры с разными предметами	5
10.	«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки». Игры с камешками, шариками и палками	3
11.	«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка». Хороводные игры	3
12.	«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Зайка», «Ручеёк». Снайпер. Игры в помещении	4
13.	«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза»,	6

	«Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».	
	Игры в фанты	
14.	«Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».	4
	Снайпер. Игры- шутки	
15.	«Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».	3
	Сюжетные игры	
16.	«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».	6
	Загадки, шарады, каламбуры	
17.	«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».	3
	Праздник «Мир народных игр»	
18.	Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой 5 крашенками», «Шапочники», «Коробейники», «Сказочница», «Гусиное перо», «Подвижки льда».	
Итого часов:		68

Ожидаемые результаты:

К концу обучения дети

должны иметь представление:

1. об историческом наследии русского народа и русских народных игр;
2. о традициях русских народных праздников;
3. о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

должны знать:

1. историю возникновения русских народных игр;
2. правила проведения игр, эстафет и праздников;
3. основные факторы, влияющие на здоровье человека;
4. основы правильного питания;
5. правила поведения во время игры.

должны уметь:

1. выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
2. проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
3. владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
4. применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Методическое обеспечение и технологии программы:

Теоретический материал программы лучше давать темами, сообщением знаний организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий должны быть учтены особенности организма учащихся, его пониженные функциональные возможности, также то, что в группе могут быть ученики с различным диагнозом. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Педагогические возможности преподавания содержания программы «Русские народные игры» будут эффективны, так как учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Основная функция этой программы - воспитание национального самосознания. Русские народные игры, входящие в первый компонент, поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», а также различные их варианты.

С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр, которые отражают стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. Здесь применяются игры: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг». «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на

бревне» и их различные варианты. Эти игры подразумевают знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Таким образом, при моделировании обновленной парадигмы педагогической классификации русских народных игр выявляется компонент, направленный на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

Материально- техническое обеспечение:

1. гимнастическая дорожка (8 матов);
2. 25 теннисных мячей;
3. 4 набора кубиков (по 9 штук в каждом);
4. 15 гимнастических обручей;
5. 15 гимнастических палок;
6. 10 мячей – прыгунок;
7. 6 мячей для минибаскетбола;
8. 25 миниклюшек;
9. 25 платочков;
10. 15 скакалок;
11. 30 камешков одного размера (галька);
12. 2 декоративные удочки;
13. 14 флажков;
14. 2 набора «Городки»;

Распределение часов на разделы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

Литература:

- Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.
- Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
- Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985.
- Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.
- Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986.
- Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.
- Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 1997.